

# **Biegi z przeszkodami „TWARDA SZTUKA IV”**

## **„ Pomagamy dla Doroty „**

### **Impreza sportowo – charytatywna**

## **Regulamin**

### **1. Cele imprezy:**

- Popularyzacja biegania jako najprostszej formy ruchu,
- Promocja Dobrego Miasta,
- Propagowanie zdrowego stylu życia.
- Zbiórka funduszy na leczenie i rehabilitację Doroty z Dobrego Miasta

### **2. Organizatorzy:**

- Stowarzyszenie *‘Pozytywni Dobre Miasto*

### **Wsparcie organizacyjne :**

- Klub sportowy „Jelonki „
- Straż Pożarna Dobre Miasto

### **3. Termin i miejsce:**

Zawody odbędą się 18 maj (sobota) 2019 o godz. 09:00 – 15.00 na stadionie *OSiR Dobre Miasto* przy ul. Olsztyńskiej.

### **4. Trasa i dystans biegów:**

Dystans – ok. 5 km. Dwa okrążenia po 2200 m ( na każdym okrążeniu 15 przeszkód ) oraz przesunięty start na dystansie 600 m ( w celu rozciągnięcia grupy zawodników – bieg ze wspólnego startu )

Organizator zastrzega sobie prawo do zmiany dystansu oraz ilości przeszkód

Start biegu głównego przewidziany jest na godzinę 11.00

Trasa na terenie Trasy Zdrowia oraz terenów przyległych

### **5. Warunki uczestnictwa:**

Aby wziąć udział w biegu należy mieć ukończone 16 lat. Zawodnicy powyżej 18 lat podpisują oświadczenie o udziale na własną odpowiedzialność Zawodnicy poniżej 18 roku życia muszą posiadać podpisaną zgodę i oświadczenie rodziców lub prawnego opiekuna i przybyć na zawody w jego obecności . Zawodnicy w kategorii „ Mama z dzieckiem „, oraz „ Tata z dzieckiem „, Warunkiem jest wiek dziecka od lat 10 do lat 15 ) Rodzic ponosi całkowitą odpowiedzialność za dziecko podczas biegu oraz całej imprezy -w czasie biegu rodzic z dzieckiem biegną jako nierozłączna para ( w przypadku rozłączenia się na odległość większą niż 3 m lub niedostatecznie sprawowanej opieki nastąpi natychmiastowa dyskwalifikacja ekipy – tu decyzję podejmuje organizator )

- Każdy zawodnik zobowiązany jest do zweryfikowania się w biurze zawodów za okazaniem dokumentu tożsamości/legitymacji szkolnej i złożenia stosownej deklaracji w biurze zawodów w dniu zawodów do 1 godziny przed startem

Zapisy drogą elektroniczną na stronie : [elektronicznezapisy . więcej info – facebooku „ Pozytywni Dobre Miasto”](http://elektronicznezapisy.wiecejinfo-fb.com) – „ TWARDA SZTUKA „,

Termin zgłoszeń do : 10 maja 2019

### **6. Oplata startowa:**

- Oplata za start indywidualny w wysokości 45 zł w całości przeznaczona na cele organizacyjne
- Oplata za start ” Rodzic z dzieckiem „, 80 zł
- Limit 200 osób ( start indywidualny )
- Limit 50 par ( rodzic z dzieckiem )
- 15 zł z każdej opłaty startowej zostanie przeznaczone na leczenie i rehabilitację Doroty ( więcej informacji na temat leczenia Doroty na stronie wydarzenia FB „ Twarda Sztuka IV - Bieg z Przeszkodami ”

## **7. Klasyfikacja:**

Wyróżnione zostaną statuetkami okolicznościowymi pierwsze 3 osoby w kategorii Open kobiety / mężczyźni – pozostali uczestnicy otrzymają pamiątkowy medal.

Nagroda specjalna dla najstarszych zawodników kobieta / mężczyzna oraz w kat. „, Najbardziej ubłocona / ubłocony „,

Klasyfikacja specjalna „, Mama z dzieckiem „, „, Tata z dzieckiem „, – pierwsze trzy ekipy w każdej kategorii otrzymają okolicznościowe statuetki

Przewidujemy nagrody rzeczowe

## **8. Postanowienia końcowe:**

Na trasie rozmieszczonych będzie 30 stacji na których należy wykonać dodatkowe ćwiczenia. Przy każdej stacji obecny będzie sędzia, który stwierdzi prawidłowość wykonywania ćwiczeń. Niewykonanie ćwiczeń grozi dyskwalifikacją.

- Organizator zapewnia szatnie, toalety.
- Pomiar czasu – zegar cyfrowy na mecie
- Woda
- Posiłek regeneracyjny po ukończeniu biegu
- Przewidujemy ognisko integracyjne z kiełbaskami

Każdego zawodnika obowiązuje ubiór sportowy odpowiedni do biegu z przeszkodami.

Interpretacja niniejszego regulaminu należy do organizatora.